

Die Schulpsychologie gibt folgende **Ratschläge zur Organisation des „Schultags neu“**. Diese Empfehlungen richten sich im Wesentlichen **an die Erziehungsberechtigten**.

- Strukturieren Sie – im Rahmen eigener Home-Office-Verpflichtungen – den Tag in Lernphasen, Pausen und Freizeit. Struktur ist besonders wichtig für das Lernen zu Hause. Versuchen Sie, einen täglichen Ablauf zu Hause zu finden, den Sie gemeinsam mit Ihren Kindern festlegen und der Ihr Kind an den schulischen Rhythmus gewöhnt. Wenn Ihr Kind in der Schule mit offenen Lernformen selbständig arbeitet, so lassen Sie dies auch zuhause zu.
- Wie ausgedehnt die Lernzeiten gestaltet werden, hängt auch vom Alter der Schüler/innen ab: Da Erwachsene die Konzentrationsspanne der Kinder oft überschätzen, sind hier Zeiten aufgeführt: Für Kinder bis Ende der 2. Klasse beträgt die Zeitspanne, in der sich das Kind konzentrieren kann, 10 bis 15 Minuten, bei Kindern der 3. und 4. Klasse ca. 20 Minuten.
- Bitte besprechen Sie mit Ihren Kindern, welche Arbeiten wann zu erledigen sind.
- Die Aufgaben sollten von der Schule so gestaltet sein, dass sie selbständiges Arbeiten ermöglichen. Stehen Sie aber bitte unterstützend und für Nachfragen zur Verfügung.
- Versuchen Sie für die Kinder einen separaten, ruhigen Arbeitsplatz zu schaffen, der diesen für die gesamte Zeit zur Verfügung steht. Man sollte Lern- und Spielräume am besten trennen z. B. am Küchentisch oder am Schreibtisch im Kinderzimmer wird Hausübung gemacht und gelernt – am Couchtisch wird gespielt und ferngesehen.
- Lernen soll Spaß machen und spielerisch sein! Seien Sie geduldig und setzen Sie Ihre Kinder nicht unter Druck. Auch für diese ist der Unterricht zu Hause eine neue und ungewohnte Situation, an die sie sich erst gewöhnen müssen. Loben und motivieren Sie ausreichend und unmittelbar. Bei Fehlern korrigieren Sie behutsam.
- Halten Sie Kontakt zu den Lehrpersonen und wenden sich bei Problemen an die entsprechenden Ansprechpartner/innen. Geben Sie bitte bei Überforderung und Überlastung der Kinder direktes Feedback an die Klassenlehrkraft oder den Klassenvorstand/die Klassenvorständin.
- Auch Erziehungsberechtigte brauchen einmal eine Pause! Um Überforderungen zu vermeiden und den Alltag zu Hause aufzulockern, ist regelmäßige Pausensetzung auch für Sie ratsam.

Weitere Tipps werden laufend zusammengestellt und sind in Kürze auf der BMBWF Homepage verfügbar. www.schulpsychologie.at/gesundheitsförderung